



## Achten Sie aufs Etikett: 'Balance-Frischkäse' enthält mehr Fett als Light-Produkte

Achten Sie aufs Etikett: "Balance-Frischkäse" enthält mehr Fett als Light-Produkte - Frischkäse, die mit der Bezeichnung "Balance" beworben werden, sind zwar fettreduziert, enthalten aber in der Regel deutlich mehr Fett als Light-Käse. Das ist das Resultat eines Marktchecks der Verbraucherzentrale Niedersachsen. Der Fettgehalt von 23 Frischkäsesorten, die als "light", "leicht", "fit", "aktiv" oder "Balance" gekennzeichnet waren, stand auf dem Prüfstand. Die Kennzeichnung von Lebensmitteln als "light" oder "leicht" ist klar geregelt. Bei einem "Light-Produkt" muss der Gehalt an Kalorien, Fett oder eines weiteren Nährstoffs um mindestens 30 Prozent geringer sein als bei einem vergleichbaren Produkt. So hat Doppelrahm-Frischkäse einen Milchfettanteil von rund 25 Prozent während bei einem fettreduzierten Produkt der Fettanteil nur noch bei 0,2 Prozent liegt. Allerdings muss nicht zwingend der Kaloriengehalt 30 Prozent reduziert sein. So kann in einem "light"-Produkt zum Beispiel zwar der Fettgehalt reduziert sein, wenn aber gleichzeitig der Kohlenhydrat- oder Zuckeranteil erhöht ist, kann das den Kalorienanteil wieder in die Höhe treiben. Für die Bezeichnung "Balance" gibt es solche Regeln nicht. So hatten die sechs Balance-Frischkäse im Marktcheck einen Fettgehalt von 5 bis 17 Prozent und waren damit deutlich fettreicher als die Mehrheit der als "leicht" beworbenen Produkte: Bei vierzehn Frischkäseerzeugnissen im Test lag der Fettanteil bei 0,2 bis 9 Prozent. Wie viel Prozent Fett ein Frischkäse tatsächlich enthält, kann der Verbraucher auf der Verpackung nachlesen. Achten Sie auf die Angabe "Fettgehalt absolut". Die Nährwertabelle gibt zudem die konkreten Fettgehalte in Gramm an. Weitere Informationen: aid-Heft "Fettbewusst essen - Auf die Qualität kommt es an!", Bestell-Nr. 61-1359, Preis: 2,00 Euro, <http://www.aid-medienshop.de> Friedrich-Ebert-Straße 3 53177 Bonn Deutschland Telefon: 02 28/ 84 99-0 Telefax: 02 28/ 84 99-177 Mail: [aid@aid.de](mailto:aid@aid.de) URL: <http://www.aid.de>

### Pressekontakt

aid

53177 Bonn

aid.de  
[aid@aid.de](mailto:aid@aid.de)

### Firmenkontakt

aid

53177 Bonn

aid.de  
[aid@aid.de](mailto:aid@aid.de)

aid ? drei Buchstaben stehen für: Wissenschaftlich abgesicherte Informationen Fach- und Medienkompetenz Und ein kreatives Informationsangebot in den Bereichen "Verbraucher und Ernährung" sowie "Landwirtschaft und Umwelt". Wer informieren will, muss besser informiert sein. Die Vielzahl von Informationen, die täglich auf jeden von uns einströmt, ist kaum noch zu überblicken. Oft widersprechen sich die Aussagen und verwirren mehr als sie nützen. Gefragt sind Ratschläge, die wissenschaftlich abgesichert sind und sachlich informieren. Der aid hat sich genau das zur Aufgabe gemacht und bietet wissenschaftlich abgesicherte Informationen in den Bereichen "Verbraucher und Ernährung" und "Landwirtschaft und Umwelt". Unsere Aussagen sind unabhängig und orientieren sich an den gesicherten Erkenntnissen der Wissenschaft. In Zusammenarbeit mit Wissenschaftlern und Praktikern sammeln wir Fakten und Hintergrundinformationen, werten sie aus und bereiten sie zielgruppengerecht auf. Unsere Publikationen wenden sich an Verbraucher, Landwirte und Multiplikatoren wie Lehrer, Berater und Journalisten. Der aid ist ein gemeinnütziger Verein und wird aus Mitteln des Bundesministeriums für Verbraucherschutz, Ernährung und Landwirtschaft finanziert. Sein Auftrag, sachlich und interessenunabhängig zu informieren, ist in der Satzung festgelegt. Beim aid arbeiten namhafte Experten, Praktiker und Medienfachleute zusammen. Informationsmedien, die der aid herausgibt, entsprechen dem aktuellen Stand der wissenschaftlichen Erkenntnisse und vermitteln Wissen zielgruppengerecht und praxisorientiert.